



Entrées chaudes aux produits de la mer

Brandade de morue nîmoise



25h **30 min** **30 min** **24h** **742**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Dessalage de la morue

- 1 Déposer la morue dans un saladier, la recouvrir d'eau froide. Laisser reposer pendant 24h, en changeant l'eau à deux reprises.
- 2 Il faut que la peau soit au-dessus pour que le sel tombe au fur et à mesure au fond du saladier.

Étape 2

Cuisson de la morue

- 1 Déposer la morue dessalée dans une grande casserole, verser 2 litres d'eau froide. Ajouter le thym et le laurier.
- 2 Porter à frémissements pendant 10 minutes. Egoutter le poisson avec une écumoire et le déposer sur la planche à découper.
- 3 Oter la peau et les arêtes de la morue. Effeuilier la chair à l'aide d'une fourchette pendant qu'elle est encore tiède, sinon le poisson devient collant en refroidissant.

Étape 3

Préparation de la brandade.

- 1 Verser le lait dans un bol, le faire chauffer au four micro-

Ingrédients
pour **6** personnes

Ingrédients pour la morue

800 g **Morue**
2 litre(s) **Eau**

Ingrédients pour l'assaisonnement

3 branche(s) **Thym**
3 feuille(s) **Laurier**
35 cl **Huile d'olive**
40 cl **Lait entier**
1 **Poivre noir**

Ingrédients pour le dressage

12 tranche(s) **Baguette(s)
de pain**
1 **Ciboulette**
3 c. à soupe **Huile d'olive**

ondes. Verser la moitié de l'huile d'olive dans la casserole et la faire chauffer doucement.

- 2 Plonger délicatement la morue effeuillée dans l'huile chaude et remuer avec une cuillère en bois pendant 5 minutes jusqu'à ce que l'ensemble prenne une consistance pâteuse.
- 3 Monter la brandade en versant en alternance le lait chaud et le reste d'huile d'olive sur feu doux. Remuer en permanence pendant 10 minutes, jusqu'à ce que la brandade soit bien épaisse.

Étape 4

Dressage

- 1 Couper la baguette de pain en rondelles, les badigeonner d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau.
- 2 Faire griller les tranches de pain des deux côtés sous le gril du four pendant 5 minutes. Ciseler la ciboulette avec le couteau éminceur.
- 3 Déposer un peu de brandade de morue sur les tranches de pain, parsemer d'un peu de ciboulette et servir tiède.